

SURAT KETERANGAN

Nomor: 223/UNUSA/Adm-LPPM/VI/2018

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya menerangkan telah selesai melakukan pemeriksaan duplikasi dengan membandingkan artikel-artikel lain menggunakan perangkat lunak Tunitin pada tanggal 06 Juni 2018

Judul : Jus Semangka Menurunkan Kadar Asam Urat
Penulis : Catur Eka Sari, Wiwik Afridah
Identitas : Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol.6 No.1, Februari 2013, Hal 28-25
No. Pemeriksaan : 2018.06.12.28

Dengan Hasil sebagai Berikut:

Tingkat Kesamaan diseluruh artikel (*Similarity Index*) yaitu **21%**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Surabaya, 12 Juni 2018

Ketua LPPM,



Dr. Istas Pratomo, S.T., M.T.

NPP. 1608107

Jus Semangka Menurunkan Kadar Asam Urat

by Wiwik Wiwik Afridah

Submission date: 07-Jun-2018 07:24AM (UTC+0700)

Submission ID: 973157824

File name: Jus_Semangka_Menurunkan_Kadar_Asam_Urat.pdf (92.6K)

Word count: 3542

Character count: 20190

JUS SEMANGKA MENURUNKAN KADAR ASAM URAT

Catur Ertika Sari *, Wiwik Afridah **

(Stikes Yarsis, Jl. Smea 57 Surabaya)

email: wiwik@stikesyarsis.ac.id

Abstract: As the population of the elderly increases, health problems such as Gout indicated by Hyperuricemia might also appear. Hyperuricemia can be prevented by increasing the intake of Vitamin C, B5, B6, and E. Therefore, the purpose of this research was to find out the effects of watermelon juice on the change in uric acid level in the elderly living in Dupak Bangunsari RT V RW 4 Surabaya. The research used quasi-experiment design. The populations involved 16 old people with Hyperuricemia, in which half of them, 8 people, were taken as the samples done by applying the random allocation technique classified as follows: 8 people in experiment group and 8 people in control group. The watermelon juice therapy was chosen as the independent variable, where as the dependent variable was the change of uric acid level. Furthermore, the uric acid level measuring tool was used to collect the data which were then recorded on the recapitulation and watermelon juice sheet. The result of analysis done by applying Fischer's Exact test and SPSS for Windows showed that $p = 0.001 < \alpha = 0.05$ which meant that the research hypothesis was accepted illustrating that there were some effects of watermelon juice on the change in uric acid level in the elderly living in the above mentioned region. The research has come to a conclusion that there were some effects of watermelon juice on the change in uric acid level. Hence, the old people with Hyperuricemia should consume more Vitamin C, B5, B6, and E and change their life pattern into the healthy one.

1
Abstrak: Meningkatnya populasi lansia menyebabkan permasalahan kesehatan, salah satunya adalah penyakit asam urat yang ditandai dengan hiperurisemia. Hiperurisemia dapat dicegah dengan cara memperbanyak asupan vitamin C, B5, B6, dan E. Untuk mengetahui pengaruh dari jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT V RW 4 Surabaya. Penelitian ini menggunakan rancangan *Quasy Eksperiment Design* dengan populasi lansia yang hiperurisemia sebesar 16 orang, dengan besar sampel seluruh lansia dengan hiperurisemia sebesar 16 orang dan cara pengambilan sampel menggunakan *total sampling* lalu dibagi menjadi 8 kelompok kontrol dan 8 kelompok eksperimen dengan teknik *random allocation*. Variabel independen terapi jus buah semangka dan variabel dependen perubahan kadar asam urat. Pengumpulan data dilakukan dengan alat ukur kadar asam urat lalu dicatat dilembar rekapitulasi dan dianalisis menggunakan uji *Fisher exact* dengan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian ini didapatkan rata-rata kadar asam urat sebelum pemberian terapi jus semangka kelompok eksperimen 8,9 mg/dl sedangkan kelompok kontrol 8,8 mg/dl. Sesudah pemberian terapi jus semangka rata-rata kadar asam urat pada kelompok eksperimen menjadi 5,5 mg/dl sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata kadar asam urat menjadi 8,7 mg/dl. Hasil uji *Fisher Exact* didapatkan $p (0,001) < \alpha (0,05)$, berarti hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di RT V RW 4 Dupak Bangunsari Surabaya. Sehingga ada pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat. Diharapkan para penderita hiperurisemia memperbanyak asupan vitamin C, B5, B6, dan E dan mengubah pola hidup yang sehat.

Kata kunci: hiperurisemia, lansia, terapi jus semangka

PENDAHULUAN

Gangguan pada persendian yang sering terjadi pada lansia adalah *gout arthritis*. Penyakit *gout arthritis* adalah penyakit yang prevalensinya bertambah seiring meningkatnya taraf hidup, daerah Jawa Timur ditemukan prevalensi hiperurisemia sebesar 24,3% pada laki-laki dan 11,7% pada perempuan (Anonim, 2009). Sedangkan menurut data di Puskesmas Dupak pada tahun 2010 masyarakat yang datang untuk berobat dengan keluhan yang mengarah ke penyakit asam urat ada 63 pasien, data yang diperoleh dari bulan Januari sampai dengan bulan September 2011 sebanyak 55 orang dari 1.775 orang pasien yang berobat di Puskesmas Dupak. Selain menggunakan obat, asam urat juga dapat diatasi dengan terapi herbal yaitu dengan mengkonsumsi buah-buahan yang memiliki empat macam vitamin yang berpengaruh terhadap kadar asam urat yakni vitamin C, B5, B6, dan E. (Soeroso, 2011). Buah-buahan tersebut antara lain melon, sirsak, pepaya, jeruk, dan semangka, buah semangka selain memiliki vitamin B5, vitamin B6 dan vitamin C juga banyak mengandung air sehingga semangka bisa menjadi diuresis yang baik bagi para penderita asam urat, karena kelebihan asam urat dapat dikeluarkan melalui urin. Penelitian ini difokuskan pada pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT 5 Surabaya. Dengan tujuan mengetahui adanya pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT V RW 4 Surabaya.

METODE

Rancangan penelitian menggunakan rancangan *Quasy Eksperiment Design*, tipe rancangan ini mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen. Pada kedua kelompok diawali dengan

pra-test, dan setelah pemberian perlakuan diadakan pengukuran kembali (pasca-test).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengalami Hiperurisemia yaitu sebesar 16 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* lalu sampel dibagi menjadi dua kelompok dengan menggunakan teknik *random allocation*. Variabel independent adalah terapi jus buah semangka yaitu memberikan jus buah semangka pada responden yang mengalami Hiperurisemia 1 hari 2 kali selama 1 minggu dan variabel dependen adalah perubahan kadar asam urat pada lansia yakni adanya perubahan kadar asam urat dengan melakukan pengukuran menggunakan alat ukur kadar asam urat dalam darah baik pada kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan.

Dalam penelitian ini instrument yang digunakan antara lain *juicer* dengan merk *cosmos*, timbangan dengan merk *maspion* untuk mengukur berat semangka, gelas ukur untuk mengukur banyaknya air yang digunakan. Sedangkan untuk mengukur kadar asam urat adalah alat ukur kadar asam urat dengan merk *easy care*, *lancet* untuk mengambil sampel darah, dan *alcohol swab*. Lalu data dimasukkan kedalam lembar observasi untuk mencatat kadar asam urat responden baik sebelum maupun sesudah pemberian jus semangka.

HASIL PENELITIAN

A. Data Umum Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur didapatkan; umur 50-54 tahun 6 orang (37,5%), 55-59 tahun 7 orang (43,8%), 60-64 tahun 3 (18,8%), karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan; laki-laki 7 orang (43,8%), perempuan 9 orang (56,3%), dan karakteristik responden menurut tingkat pendidikan didapatkan;

pendidikan dasar 11 orang (68,6%), pendidikan menengah 2 orang (12,5%), dan pendidikan tinggi 3 orang (18,9%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yaitu; pedagang 5 orang (31,3%), swasta 4 orang (25%), pensiunan 1 orang (6,3%), tidak bekerja 6 orang (37,5%).

B. Data Khusus

1. Kadar asam urat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberi terapi jus buah semangka.

Tabel 1. Data observasi kadar asam urat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum pemberian terapi jus semangka Kadar asam urat.

Kadar asam urat (mg/dl)	No Responden								Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Kelompok Eksperimen	9,5	9,0	10,4	8,3	8,1	9,3	8,7	8,5	8,9
Kelompok Kontrol	8,0	8,5	8,5	9,0	11,0	8,7	8,9	8,5	8,8

Pada tabel 1. diketahui bahwa kadar asam urat awal kelompok eksperimen rata-rata 8,9 Mg/dl dengan kadar asam urat tertinggi 10,4 mg/dl dan terendah 8,1 mg/dl. Sedangkan kadar asam urat awal kelompok kontrol rata-rata 8,8 Mg/dl dengan kadar asam urat tertinggi 11,0 mg/dl dan terendah 8,0 mg/dl.

2. Kadar asam urat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah pemberian terapi jus semangka.

Tabel 2. Data observasi kadar asam urat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah pemberian terapi jus semangka.

Kadar asam urat (mg/dl)	No Responden								Mean
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Kelompok Eksperimen	5,5	5,5	6,4	4,8	4,9	6,3	5,3	5,5	5,5
Kelompok Kontrol	8,5	11,9	6,3	8,5	8,8	8,1	7,5	8,9	8,7

Sedangkan kadar sama urat akhir kelompok kontrol rata-rata 8,7 mg/dl dengan kadar asam urat tertinggi 11,9 mg/dl dan kadar asam urat terendah 6,3 mg/dl.

3. Perbedaan perubahan kadar asam urat antara yang diberi terapi jus semangka dan yang tidak diberi terapi jus semangka

Tabel 5.8 Tabulasi silang pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT 5 Surabaya.

Terapi Jus Buah Semangka	Perubahan Kadar Asam Urat		Total
	Ada perubahan	Tidak ada perubahan	
Diberi jus	8 (100%)	0 (0%)	8 (100%)
Tidak diberi jus	1 (12,5%)	7 (87,5%)	8 (100%)
Total	9 (56,2%)	7 (43,8%)	16 (100%)

Hasil Uji Statistik *Fisher Exact* : 0,001 CI 95% : 1,279-50,040

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa dari total 16 responden, yang terjadi perubahan kadar asam urat sebanyak 9 orang (56,2%) dan yang tidak terjadi perubahan kadar asam urat sebanyak 7 orang (43,8%). Hasil analisis menggunakan uji *Fisher Exact*, didapatkan nilai $p < 0,05$, dan didapatkan nilai 8 dengan CI 95%: 1,279-50,040 Artinya pada kelompok yang diberi terapi jus semangka akan terjadi penurunan kadar asam urat 8 kali daripada yang tidak diberi terapi jus semangka.

PEMBAHASAN

A. Kadar asam urat sebelum diberikan terapi jus buah semangka.

Hasil kadar asam urat para lansia didapatkan dengan cara pengambilan sampel darah dengan menggunakan jarum dan alat pengukur kadar asam urat. Setelah dilakukan pengukuran, lansia diberikan informasi tentang mengubah gaya hidup. Menyarankan lansia untuk mengkonsumsi makanan yang sehat dan

menjauhi makanan yang mengandung purin yang tinggi.

Dari tabel 5.6 dapat diketahui bahwa kadar asam urat kelompok eksperimen rata-rata 8,9 mg/dl, tertinggi kadar asam urat 10,4 md/dl dan yang terendah 8,1 mg/dl. Sedangkan pada tabel 5.7 dapat diketahui bahwa kadar asam urat kelompok kontrol rata-rata 8,8, tertinggi 11,0 mg/dl dan yang terendah 8,0 mg/dl. Berdasarkan data umum didapatkan sebagian besar (37,5%) responden tidak bekerja sehingga memungkinkan kurangnya melakukan aktivitas fisik yang dapat menyebabkan masalah kesehatan pada lansia salah satunya yaitu penyakit asam urat. Hal ini sesuai dengan teori Soeroso (2011) aktivitas fisik yang dilakukan dengan rutin akan menyebabkan aliran darah menjadi normal, aliran darah yang normal akan membantu metabolisme dalam tubuh dimana metabolisme aerob adalah metabolisme yang baik untuk tubuh apabila metabolisme tubuh lancar akan menyebabkan proses tubuh yang lainya juga lancar.

Penyebab tingginya kadar asam urat atau hiperurisemia adalah usia dan jenis kelamin. Untuk usia pada data umum didapatkan (43,8%) responden berusia 55-59 tahun proses penuaan yang dialami oleh seseorang akan menyebabkan penurunan fungsi pada setiap sel tubuh, hal ini sesuai dengan teori Setiati (2009) yang mengatakan bahwa dia³s usia 40 tahun akan terjadi perubahan kadar asam urat karena pada usia 40³tahun telah dimulai proses penuaan normal yang berlangsung sejak maturitas sampai dengan kematian. Karena terjadi ³oses penuaan didalam sel tubuh akan terjadi penurunan kapasitas fungsional baik pada tingkat selular maupun pada tingkat organ sehingga menyebabkan orang yang lanjut usia tidak berespon terhadap rangsangan internal maupun eksternal, ³mana rangsangan internal akan cenderung membuat orang berusia lanjut mengalami kesulitan untuk memelihara

kestabilan status fisikawi maupun kimiawi didalam tubuh atau fungsi homeostasis. Gangguan terhadap fungsi homeostasis tersebut dapat menyebabkan disfungsi berbagai organ. Sedangkan untuk jenis kelamin pada data umum tabel 5.3 didapatkan 56% responden mempunyai jenis kelamin perempuan, pada umumnya penyakit asam urat banyak diderita oleh laki-laki tetapi pada perempuan akan terjadi peningkatan kadar asam urat saat memasuki usia pra menopause hal ini sesuai dengan teori Dewi (2009) yang mengatakan pada perempuan biasanya kadar asam urat rendah, tetapi kadar asam urat akan meningkat ketika perempuan memasuki usia pra menopause sekitar 4 mg/dl dan setelah menopause mencapai 4,7 mg/dl, karena hormon esterogen yang ada di dalam perempuan menurun sehingga purin yang ada di dalam tubuh sulit untuk dikeluarkan karena salah satu fungsi hormon esterogen adalah membantu pengeluaran purin melalui urin. Selain itu perempuan juga mempunyai tugas untuk menentukan makanan baik bersantan, digoreng, jeroan, atau makanan jenis lain untuk dihidangkan dan mencicipi makanan yang belum dihidangkan.

B. Kadar asam urat sesudah diberikan terapi jus buah semangka.

Berdasarkan tabel 5.7 dapat diketahui bahwa kadar asam urat akhir kelompok eksperimen setelah diberikan terapi jus buah semangka kadar asam urat rata-rata menjadi 5,5 mg/dl, tertinggi 6,4 mg/dl dan terendah 4,8 mg/dl pada kelompok eksperimen terjadi perubahan kadar asam urat atau hampir normal. Dari 8 lansia pada kelompok eksperimen yang diberikan terapi jus buah semangka, seluruh responden (100%) mengalami perubahan yang signifikan. Semula kelompok eksperimen mengalami hiperurisemia, tetapi setelah diberi terapi jus buah semangka kadar asam urat rata-rata menjadi normal. Hal ini karena kelompok eksperimen selain mematuhi

diet rendah purin juga mendapatkan asupan vitamin yang lebih dari pada kelompok kontrol yang terdapat pada buah semangka. Soeroso (2011) juga mengungkapkan memperbanyak mengkonsumsi asupan buah yang mengandung vitamin C, B5, B6, dan E dapat membantu dalam menurunkan kadar asam urat. Vitamin C yang dapat mengekresi asam urat melalui urin, vitamin B5 dapat meningkatkan pemecahan asam urat sehingga mudah dibuang, vitamin B6 dapat meningkatkan peyerapan air yang kita minum, vitamin E dan vitamin C yang dikonsumsi bersama akan menjadi antioksidan yang bisa melindungi struktur dalam sendi dari reaksi inflamasi yang berlebihan. Sekar (2011) mengatakan semangka memiliki daging buah yang rendah kalori dan mengandung air, protein, karbohidrat, lemak, serat, vitamin A B dan C. Selain itu 50 megandung asam amino, asam folat, asam fosfat, argin⁶, likopen, natrium, kalium dan sitrulin. Sitrulin dan arginin berperan dalam pembentukan urea di hati dari ammonia dan CO₂ sehingga meningkatkan keluarnya urin⁶ rta likopen yang bisa menjadi antioksidan yang lebih unggul dari vitamin C dan E yang terkandung dalam buah dan sayur-sayuran.

Berdasarkan tabel 5.7 dapat diketahui bahwa kadar asam urat akhir kelompok kontrol masih tinggi atau hiperurisemia. Kadar asam urat akhir kelompok kontrol rata-rata 8,7 mg/dl, tertinggi 11,9 mg/dl dan terendah 6,3 mg/dl. dari 8 responden hanya terdapat satu orang (12,5%) yang mengalami perubahan kadar asam urat hal ini disebabkan karena responden yang mengalami perubahan kadar asam urat sangat menjaga pola hidupnya dengan baik. Sedangkan pada responden yang terjadi peningkatan kadar asam urat dikarenakan responden tidak mematuhi diet rendah purin yang telah dianjurkan dari peneliti hal ini didapatkan dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada responden yang mengalami

peningkatan dimana responden tidak menjaga asupan makanan yang mengandung rendah purin banyaknya mengkonsumsi makanan yang tinggi purin akan dapat menyebabkan tingginya kadar asam urat seseorang, seperti yang diungkapkan Soeroso (2011) bahwa hiperurisemia dapat terjadi karena mengkonsumsi mak³an yang mengandung banyak purin. Bahan makanan yang mempunyai kadar purin yang tinggi akan dapat meningkatkan kadar asam urat sekitar 0,5-0,75 gr/ml contoh ⁵akanan yang mengandung purin adalah daging, hati, ginjal dan sayuran seperti kacang dan buncis namun khusus pada buah dan sayuran kadar purin yang dimiliki lebih rendah. Pada fase hiperurisemia merupakan fase pertama dalam tahap terjadinya penyakit asam urat dalam fase ini hanya dapat diketahui dengan pemeriksaan kadar asam urat dalam darah dalam fase ini bisa saja belum pernah terjadi serangan akut, untuk itu penderita dianjurkan melakukan modifikasi gaya hidup, yang diantaranya adalah mengurangi kelebihan berat badan, membatasi asupan makanan yang mengandung tinggi purin, menghilangkan kebiasaan minum alkohol, berhenti merokok, menghindari stres, melakukan olahraga secara teratur serta mempertahankan asupan vitamin C, B5, B6, dan E yang banyak terkandung dalam sayuran dan buah-buahan.

C. Perbedaan perubahan kadar asam urat antara yang diberi terapi jus semangka ¹an yang tidak diberi terapi jus semangka pada lansia di RT V Dupak Bangunsari Surabaya.

Berdasarkan hasil uji Fisher Exact, didapatkan ¹ai P value adalah 0,001 artinya ada pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT 5 RW 4 Surabaya. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan rata-rata kadar asam urat sebelum dan sesudah pada kedua kelompok yaitu kelompok

eksperimen dimana rata-rata kadar asam urat sebelum diberi terapi jus semangka 8,9 mg/dl dan kadar asam urat rata-rata setelah diberi terapi jus semangka menjadi 5,5 mg/dl, sedangkan pada kelompok kontrol kadar asam urat rata-rata awal 8,8 mg/dl dan rata-rata kadar asam urat akhir menjadi 8,7 mg/dl.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari Soeroso (2011) selain menggunakan obat-obatan seperti indometasin, allopurinol, kolkisin, dan 52 kortikosteroid. Penyakit asam urat juga diatasi dengan memperbanyak asupan vitamin, vitamin sangat diperlukan oleh tubuh sebagai antioksidan tetapi vitamin yang dapat mempengaruhi kadar asam urat adalah vitamin B5, B6, C dan E vitamin tersebut mempermudah ekskresi asam urat melalui urin karena fungsi dari vitamin C yang dapat mengekresi asam urat melalui urin, vitamin B5 dapat meningkatkan pemecahan asam urat sehingga mudah dibuang, vitamin B6 dapat meningkatkan penyerapan air yang kita minum, vitamin E dan vitamin C yang dikonsumsi bersama akan menjadi antioksidan yang bisa melindungi struktur dalam sendi dari reaksi inflamasi yang berlebihan. Semangka memiliki kandungan likopen yang lebih unggul dari buah lain dimana likopen bisa menjadi antioksidan yang lebih tinggi dari vitamin C dan vitamin E, selain itu semangka mempunyai kandungan sitrulin dan arginin yang dapat meningkatkan pemecahan urea di hati sehingga pembuangan urin menjadi lancar, kandungan lain dalam buah semangka yang lebih unggul adalah semangka memiliki banyak kandungan air dan rendah kalori (Herawati, 2011).

Dari tabel 5.8 dapat diketahui bahwa dari total 16 responden, yang terjadi perubahan kadar asam urat sebanyak 9 orang (56,2%) dan yang tidak terjadi perubahan kadar asam urat sebanyak 7 orang (43,8%). Perubahan kadar asam urat disebabkan oleh beberapa faktor yang berpengaruh seperti asupan purin.

Diketahui bahwa penelitian berlangsung di masyarakat luas sehingga peneliti tidak dapat melakukan observasi secara keseluruhan. Menurut Lembaga Penelitian IKIP Malang dalam Buku Dasar-Dasar Metodologi Penelitian tahun 1997 mengatakan bahwa ancaman pada penelitian eksperimental lebih banyak dipengaruhi oleh kemampuan peneliti dalam mempertahankan kondisi untuk tetap konstan selama eksperimen berjalan. Selain dipengaruhi beberapa faktor selama pelaksanaan intervensi seperti diatas, sesuai dengan hasil tabulasi silang pada data umum kemungkinan besar faktor usia yang semakin tua, jenis kelamin wanita dan tidak mempunyai pekerjaan juga dapat menyebabkan perubahan kadar asam urat responden.

Selain memberikan terapi jus peneliti juga memberi tambahan informasi tentang diet rendah purin dan makanan apa saja yang mengandung tinggi purin informasi yang diterima dapat didukung dengan tingkat pendidikan seseorang. Hal ini sesuai dengan pendapat Kontjoerong yang dikutip Nursalam (2003) semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula informasi yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang menghambat masuknya informasi yang didapat. Hal ini didukung dengan data pada tabel 5.4 sebagian besar responden mempunyai tingkat pendidikan dasar (68,6%) sehingga beberapa lansia masih kurang mendapatkan informasi tentang penyakit asam urat. Padahal saat ini banyak sumber informasi yang bisa didapatkan baik dalam bentuk promosi yang dilakukan oleh petugas kesehatan, dengan demikian mereka dapat mengetahui informasi tentang penyakit asam urat meliputi diet rendah purin, mengetahui makanan yang mengandung purin tinggi dan pencegahannya. Informasi mengenai hal tersebut bersifat positif maka dapat mempengaruhi keberhasilan pengobatan terutama dalam

menjaga pola makan yang baik bagi penderita penyakit asam urat. Hal ini sesuai pendapat Notoadmojo (2003) bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi 54 setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu atau seseorang telah mempelajari dan diberi pengarahan sebelumnya. Selain tingkat pendidikan faktor usia juga dapat mempengaruhi masuknya informasi dimana pada lansia terjadi penurunan konsentrasi karena terjadi proses perubahan pada setiap sel tubuh sehingga informasi yang didapat tidak bisa dipahami seluruhnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia di Dupak Bangunsari RT 5 RW 4 Surabaya dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebelum diberi terapi jus buah semangka, kadar asam urat penderita Hiperurisemia di Dupak Bangunsari RT 5 RW 4 untuk kelompok eksperimen rata-rata 8,9 mg/dl dan kelompok kontrol kadar asam urat rata-rata 8,8 mg/dl.
2. Sesudah diberi terapi jus buah semangka, kadar asam urat penderita Hiperurisemia di Dupak Bangunsari RT 5 RW 4 untuk kelompok eksperimen rata-rata menjadi 5,5 mg/dl sedangkan pada kelompok kontrol kadar asam urat akhir rata-rata menjadi 8,7 mg/dl.
3. Ada pengaruh terapi jus semangka terhadap perubahan kadar asam urat pada lansia yang mengkonsumsi terapi jus semangka di RT 5 Dupak Bangunsari Surabaya.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Almatsier, Sunita (2006). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Pustaka Utama

- Badriyah, Siti (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta, Graha Medika.

- Dalimartha, Setiawan (2008). *Herbal Untuk Pengobatan Reumatik*. Jakarta: Penebar Swadaya.

- Hariana, Arief (2007). *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya Seri 3*. Jakarta: Penebar Swadaya.

- Herawati, Farah (2011). *131 Terapi Jus dan Sejuta Khasiatnya*. Yogyakarta: Syura Media Utama.

- Hidayat, Alimul (2009). *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika

- Muhammad, As'adi (2010). *Waspada! Asam Urat*. Yogyakarta, Diva Press.

- Nugroho, Wahyu (2008). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta, EGC.

- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. PT Rineka cipta.

- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta, PT Rineka cipta.

- Nursalam (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta, Salemba Medika.

- Ramayulis, Rita (2009). *Menu dan Resep Penderita Asam Urat*. Jakarta: Penebar Plus

2

Sabella, Rifdah (2010). *Libas Asam Urat dengan Terapi Herbal, Buah dan Sayuran*. Klaten, Galmas Publisher.

Sediaoetama (2010). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.

Sekar. 2011. *Manfaat Buah-buahan di Sekitar Kita*. Yogyakarta: Siklus 58

2

Setiadi (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta, Graha Ilmu.

Smart, Aqila (2010). *Rematik dan Asam Urat*. Yogyakarta, A+ Plus Books.

Soeroso, Joewono. 2011. *Asam Urat*. Jakarta: Penebar Plus

2

VitaHealth (2007). *Informasi Lengkap Penderita dan Keluarganya Asam Urat*. Jakarta, PT. Gramedia Pustaka Utama.

Jus Semangka Menurunkan Kadar Asam Urat

ORIGINALITY REPORT

21%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

share.stikesyarsis.ac.id

Internet Source

13%

2

journal.unusa.ac.id

Internet Source

3%

3

ml.scribd.com

Internet Source

2%

4

www.scribd.com

Internet Source

1%

5

ninadfebriani.blogspot.com

Internet Source

1%

6

agar-tubuh-sehat.blogspot.com

Internet Source

1%

7

perpusnwu.web.id

Internet Source

1%

8

Submitted to Universitas Jember

Student Paper

1%

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On